

Hochschule Hannover | Fakultät IV – Wirtschaft und Informatik | Abteilung
Betriebswirtschaft

Studiengang: Betriebswirtschaftslehre

Modul HRM Ausgewählte Themen des Human Resource Management

Betreuer: Prof. Dr. Sven Litzcke

Resilienz

Konstrukt und Facetten

Miriam Casper

2014

Inhaltsverzeichnis

Inhaltsverzeichnis.....	II
Tabellenverzeichnis.....	IV
Kurzfassung/Abstract	V
1 Einleitung.....	1
1.1 Problemstellung	1
1.2 Zielsetzung.....	2
1.3 Aufbau.....	2
2 Resilienz	3
2.1 Resilienzsкала (RS-25) – englischsprachige Version	4
2.2 Resilienzsкала (RS-25) – deutschsprachige Version.....	7
3 Facetten.....	11
4 Subskalen	17
4.1 Subskala I: <i>Ich-Stärke</i>	18
4.2 Subskala II: <i>Lebensfreude</i>	19
4.3 Subskala III: <i>Hartnäckigkeit</i>	20
4.4 Subskala IV: <i>Wirklichkeitssinn</i>	21
5 Resilienzsкала (RS-32)	22
5.1 Subskala I: <i>Ich-Stärke</i>	22
5.2 Subskala II: <i>Lebensfreude</i>	24
5.3 Subskala III: <i>Hartnäckigkeit</i>	26
5.4 Subskala IV: <i>Wirklichkeitssinn</i>	28

6	Diskussion	31
6.1	Zusammenfassende Bewertung.....	31
6.2	Grenzen	32
6.3	Ausblick.....	32
	Literaturverzeichnis	33
	Anhang: RS-32.....	35

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: Personale Faktoren

Tabelle 2: Umweltfaktoren

Tabelle 3: RS-32 Subskala *Ich-Stärke*

Tabelle 4: RS-32 Subskala *Lebensfreude*

Tabelle 5: RS-32 Subskala *Hartnäckigkeit*

Tabelle 6: RS-32 Subskala *Wirklichkeitssinn*

Kurzfassung

Mit dieser Arbeit soll ein Beitrag zur Weiterentwicklung der Diskussion zum Thema *Resilienz* geleistet werden. Zielstellung ist es, zu einer Elaboration des Konstrukts und seiner Faktoren und Facetten beizutragen. *Resilienz* wird dabei als Persönlichkeitsmerkmal verstanden, das den Menschen befähigt, schwierige Lebenssituationen ohne anhaltende Beeinträchtigung zu überstehen (Duden, 2014). Die teststatistische Untersuchung der englischsprachigen RS-25 (Wagnild/Young, 1993) und der deutschsprachigen RS-25 (Schumacher u.a., 2005) zeigt, dass bisher keine überzeugenden Subskalenvorschläge vorliegen. Aus diesem Grund wird eine Vier-Subskalenlösung entwickelt (Resilienzskala RS-32). Die vier Subskalen *Ich-Stärke*, *Lebensfreude*, *Hartnäckigkeit* und *Wirklichkeitssinn* erfassen das Konstrukt *Resilienz* umfassend. Die RS-32 deckt die Facetten des Vier-Subskalenvorschlags ab und kann als Basis für empirische Untersuchungen dienen.

Schlüsselwörter: Resilienz, Resilienzskala, RS-25, RS-32, Ich-Stärke, Lebensfreude, Hartnäckigkeit, Wirklichkeitssinn

Abstract

This paper is a contribution to the further discussion on *resilience*. The objective is to contribute to an elaboration of the construct and its factors and facets. *Resilience* is defined as a personality trait that enables man to survive difficult life situations without lasting mental impairment (Duden, 2014). The evaluation of the resilience scale RS-25 (Wagnild/Young, 1993) and the German version of the RS-25 (Schumacher et al., 2005) shows that so far is no convincing subscale structure proposed. Therefore a four subscale structure is developed (resilience scale RS-32). The four subscales *ego strength*, *lust for live*, *persistence* and *sense of reality* capture the construct *resilience* comprehensively. The RS-32 covers the facets of the four subscale structure and can serve as a basis for empirical studies.

Key words: resilience, resilience scale, RS-25, RS-32, ego strength, lust for live, persistence, sense of reality

1 Einleitung

Unter dem Konstrukt *Resilienz* wird die *psychische Widerstandsfähigkeit* eines Menschen verstanden. *Resilienz* beschreibt das „Phänomen, dass manche Personen trotz ausgeprägter Belastungen und Risiken gesund bleiben oder sich vergleichsweise leicht von Störungen erholen, während andere unter vergleichbaren Bedingungen besonders anfällig für Störungen und Krankheiten sind“ (Schumacher/Leppert/Gunzelmann/Straß/Brähler, 2005: 3). Eine Recherche in der Literaturodatenbank PsycInfo zeigt, dass *Resilienz* in den letzten zehn Jahren immer mehr in den Fokus der Forschung gerückt ist: Während im April 2004 unter dem Suchbegriff *resilience* über 2.400 wissenschaftliche Arbeiten gelistet waren, die sich direkt oder indirekt mit dem Konstrukt befassen (Schumacher u.a., 2005: 3), ergab eine Literaturrecherche im Juli 2014 für denselben Begriff bereits mehr als 4.300 Suchergebnisse. Da es dennoch viele Uneinigkeiten zu *Resilienz* gibt (siehe Abschnitt 1.1), ist eine weiter steigende Tendenz zu vermuten.

1.1 Problemstellung

Obwohl sich die Forschung vermehrt mit *Resilienz* auseinandersetzt (Fröhlich-Gildhoff/Rönnau-Böse, 2014; Heller, 2013; Masten/Obradovic, 2006; Noeker/Petermann, 2008; Rutter, 2006; Southwick/Charney, 2012), hat sich kein einheitliches Verständnis über das Phänomen der *psychischen Widerstandsfähigkeit* durchsetzen können. Die Autoren sind sich uneinig, ob es sich bei dem Konstrukt um ein stabiles Persönlichkeitsmerkmal (Schumacher u.a., 2005; Wagnild/Young, 1993) oder um die Interaktion zwischen Individuum und Umwelt handelt (Fröhlich-Gildhoff/Rönnau-Böse, 2014; Mahler/Jarchov-Jädi/Montag/Gallinat, 2014; Noeker/Petermann, 2008; Rutter, 2006). Die Forschungsfelder sind zudem vielfältig: Man findet Abhandlungen zur Resilienzentwicklung bei Kindern (Fröhlich-Gildhoff/Rönnau-Böse, 2014; Masten/Obradovic, 2006; Noeker/Petermann, 2008), zu *Resilienz* im mittleren Erwachsenenalter (Ryan/Caltabiano, 2009) und zu *Resilienz* im hohen Lebensalter (Leppert/Gunzelmann/Schumacher/Strauß/Brähler, 2005). Man unterscheidet zwischen Forschung zum Konstrukt (Fröhlich-Gildhoff/Rönnau-Böse, 2014; Leppert/Koch/Brähler/Strauß, 2008; Rutter, 2006; Schumacher

u.a., 2005; Southwick/Charney, 2012; Wagnild/Young, 1993), Forschung zur Anwendbarkeit in der klinischen Psychologie (Leppert u.a., 2008; Mahler u.a., 2014; Noeker/Petermann, 2008) oder in der Personalentwicklung von Organisationen (Heller, 2013; Leybold, 2009). Die vertretenen Meinungen sind mitunter heterogen und das Forschungsgebiet ist teilweise unübersichtlich.

1.2 Zielsetzung

Widmet man sich der Frage nach dem Konstrukt und der quantitativen Messung von *Resilienz*, gibt es unterschiedliche Annahmen über die Dimensionalität (Mahler u.a., 2014; Ryan/Caltabiano, 2009; Schumacher u.a., 2005; Wagnild/Young, 1993) und verschiedene Skalen zur Operationalisierung von *Resilienz* (Leppert u.a., 2008; Mahler u.a., 2014; Ryan/Caltabiano, 2009; Schumacher u.a., 2005; Wagnild/Young, 1993). In dieser Arbeit wird *Resilienz* als stabiles Persönlichkeitsmerkmal verstanden. Zielstellung ist es, zu einem Begreifen des Konstrukts und seiner Faktoren und Facetten beizutragen, indem bisher angenommene Konstruktlösungen (Schumacher u.a., 2005; Wagnild/Young, 1993) beurteilt und ein auf inhaltlichen Kriterien basierter Subskalenvorschlag und ein Resilienzfragebogen entwickelt werden.

1.3 Aufbau

Nach einer Einführung in theoretische Überlegungen zu *Resilienz*, werden in Kapitel 2.1. und 2.2 die Ergebnisse aus den teststatistischen Untersuchungen der englischsprachigen RS-25 (Wagnild/Young, 1993) und der deutschsprachigen RS-25 (Schumacher u.a., 2005) zusammengefasst und evaluiert. In Kapitel 3 folgt eine Zusammenstellung aller mit *Resilienz* in Verbindung gebrachten Merkmale, die der Literatur zu entnehmen sind. Auf dieser Grundlage wird eine Vier-Subskalenlösung sowie die Resilienzskala RS-32 entwickelt, die in Kapitel 4 und 5 vorgestellt werden.

2 Resilienz

Versucht man für *Resilienz* eine allgemeingültige Definition zu finden, stößt man in der Literatur auf unterschiedliche Meinungen. Eine Definition, die einen Einstieg darstellen kann, liefert der Duden: „*Resilienz* (lat.: resilire – zurückspringen) ist die *psychische Widerstandskraft*. Sie ist die Fähigkeit, schwierige Lebenssituationen ohne anhaltende Beeinträchtigung zu überstehen“ (Duden, 2014).

Damit beschreibt *Resilienz* zunächst das Phänomen, dass manche Menschen besser und manche schlechter mit Belastungen umgehen. Unter *Resilienz* im weiteren Sinne wird ein Prozess der Anpassung verstanden, der es Menschen ermöglicht, schwierige Belastungen ohne Störungen zu überstehen: „Nicht zuletzt wird mit dem Begriff der *Resilienz* der Prozess der biopsychosozialen Anpassung an widrige Lebensumstände oder aber auch dessen Ergebnis beschrieben“ (Schumacher u.a., 2005: 3-4).

Ein heterogenes Meinungsbild liegt zu der Frage vor, ob *Resilienz* eine stabile Persönlichkeitseigenschaft, eine erlernbare Fähigkeit oder das Resultat aus der Interaktion zwischen Person und Umwelt darstellt. Die folgenden Definitionen machen deutlich, wie unterschiedlich die Positionen sind:

- „*Resilienz* als eine Persönlichkeitseigenschaft reduziert den negativen Einfluss von Stress und ermöglicht die Anpassung an schwierige Lebensumstände.“ [eigene Übersetzung] (Wagnild/Young, 1993: 165)
- „*Resilienz* beinhaltet demnach Persönlichkeitseigenschaften, aber insbesondere Kompetenzen und veränderbare innere Zustände mit Denk- und Verhaltensmustern.... Diese Denk- und Verhaltensmuster lassen sich trainieren.“ (Heller, 2013: 59)
- „Die Fähigkeit zur *Resilienz* ist nicht, wie zu Beginn der Resilienzforschung angenommen, angeboren, sondern entwickelt sich in einem Interaktionsprozess zwischen Individuum und Umwelt.“ (Fröhlich-Gildhoff/Rönnau-Böse, 2014: 10)

Um trotz unterschiedlicher Definitionen das Konstrukt quantitativ zu messen, sind eine Reihe von Resilienzskalen entwickelt worden, die einen Beitrag zum Konstruktverständnis leisten sollen. Selbst wenn kein Konsus hinsichtlich einer

Definition von *Resilienz* erreicht werden kann, ermöglicht die Auseinandersetzung mit konkreten Operationalisierungen von *Resilienz* den weiteren wissenschaftlichen Diskurs. Da sich diese Arbeit mit *Resilienz* als Personenmerkmal auseinander setzt, werden in Kapitel 2.1 und 2.2. die englischsprachige RS-25 (Wagnild/Young, 1993) und die deutschsprachige RS-25 (Schumacher u.a., 2005) analysiert.

2.1 Resilienzskala (RS-25) – englischsprachige Version

Die englischsprachige Resilienzskala von Wagnild/Young (1993) ist zur quantitativen Bestimmung von *Resilienz* als Personenmerkmal entwickelt worden. Sie wurde in verschiedene Sprachen übersetzt und diente als Grundlage für die deutschsprachige RS-25, die Kurzversion RS-11 (Schumacher u.a., 2005) sowie für eine zweite Kurzsкала RS-13 (Leppert u.a., 2008).

Wagnild/Young (1993) definieren *Resilienz* als eine Persönlichkeitseigenschaft, die den negativen Einfluss von Stress reduziert und die Anpassung an schwierige Lebensumstände ermöglicht (Wagnild/Young, 1993: 165). Sie vermuten, dass *Resilienz* auf der Nutzung internaler Ressourcen basiert, dessen Ausmaß und Anteil am Bewältigungsprozess mithilfe einer Skala gemessen werden kann (Leppert u.a., 2008; Schumacher u.a., 2005). Um herauszufinden, welche Personenmerkmale positiv mit *Resilienz* korrelieren, wurden 24 Frauen zum Bewältigungsprozess eines selbst erlebten Verlusts befragt. Hierbei erwiesen sich fünf Merkmale als signifikant (Wagnild/Young, 1993: 167):

- Gelassenheit,
- Ausdauer,
- Selbstvertrauen,
- Sinnhaftigkeit und
- Existenzielle Einsamkeit.

Diese Merkmale waren Ausgangspunkt für die Formulierung von Items und die Entwicklung der RS-25. Ein Item für das Merkmal Ausdauer ist beispielsweise „Es ist mir wichtig an vielen Dingen interessiert zu bleiben“ (Wagnild/Young, 1993: 168).

Wagnild/Youngs (1993) Vorgehensweise zur diagnostischen Erfassung von *Resilienz* ist aufgrund der Erhebung primärer Daten prinzipiell zu befürworten. Da in diesem Fall aber ausschließlich weibliche Teilnehmer befragt wurden, sind die Ergebnisse wenig repräsentativ. Wagnild/Young (1993) weisen in ihrer Studie selbst darauf hin, dass mögliche Geschlechtsunterschiede unerforscht bleiben (Wagnild/Young, 1993: 175).

Hinzu kommen Zweifel an der von Wagnild/Young (1993) angewandten Methode der Identifizierung von *Resilienz*. Sie bestimmten den Kreis resilienter Personen über den Indikator, wie stark sich diese in ihrem sozialen Umfeld einbringen. „In einer Vorauswahl hat man die Teilnehmer dahingehend untersucht, ob ihnen eine psychosoziale Anpassung gelungen ist, welches durch ein mittleres bis hohes Maß an sozialen Aktivitäten angezeigt wird“ [eigene Übersetzung] (Wagnild/Young, 1993: 167). Zwar kann auf die Erfassung von *Resilienz* über Indikatoren nicht verzichtet werden, solange nur wenige und nicht hinreichend getestete Erhebungsinstrumente vorliegen, doch hätten weitere Indikatoren zur Identifizierung von *Resilienz* herangezogen werden können. Schumacher u.a. (2005: 4) bezeichnen intellektuelle und soziale Kompetenzen, emotionale Bindung an wichtige Bezugspersonen und elterliche Erziehungspraktiken als signifikante Indikatoren von *Resilienz*. Es wäre ratsam gewesen, weitere Indikatoren in die Vorauswahl einzubeziehen, um die Erfassung des tatsächlichen Konstrukts sicherzustellen. Bei dem von Wagnild/Young (1993) eingeschlagenen Weg besteht beispielsweise das Risiko, systematisch introvertierte Personen zu wenig zu berücksichtigen.

Im weiteren Verlauf ist die RS-25 in einer Stichprobe von 1.500 Probanden, mit einer Rücklaufquote von 54% und einem Durchschnittsalter von 71,1 Jahren getestet worden (Wagnild/Young, 1993: 171). Während die Rücklaufquote zufriedenstellend ist, lässt ein Durchschnittsalter von über 70 Jahren Zweifel an der Repräsentativität der Stichprobe zu. Über ein Viertel der Befragten war zum Befragungszeitpunkt verwitwet und bereits 79% im Ruhestand (Wagnild/Young, 1993: 171). Zum Vergleich: In der Untersuchungsstichprobe zur Überprüfung der deutschsprachigen RS-25 lag bei einem Gesamtumfang von 2.031 Befragten ein Durchschnittsalter von 48 Jahren (-23,1 Jahre), eine Verwitwetenquote von lediglich 13% (-12%) und einen Anteil an Rentnern von

31% (-48%) vor (Schumacher u.a., 2005: Tabelle 1). Somit muss man festhalten, dass die Stichprobe von Wagnild/Young (1993) zur teststatistischen Überprüfung der RS-25 im Vergleich zur Stichprobe der deutschsprachigen Version keine zufriedenstellende Repräsentativität erreicht.

Sieht man hiervon ab und konzentriert sich auf die teststatistischen Ergebnisse, erkennt man eine sehr gute interne Konsistenz von .91 und gut differenzierende Trennschärfekoeffizienten zwischen .37 und .75. Eine Hauptkomponentenanalyse ergab die Extraktion von fünf Faktoren, wobei der erste Faktor mit einem Eigenwert von 9,56 als starker Generalfaktor und die anderen Faktoren mit Eigenwerten > 1 als schwächere Faktoren angesehen werden konnten. Wagnild/Young (1993) entschieden sich für ein Zwei-Faktorenmodell, mit einem ersten Faktor *Persönliche Kompetenz* und den Facetten Selbstvertrauen, Unabhängigkeit, Entschlossenheit, Unbesiegbarkeit, Beherrschung, Einfallsreichtum und Ausdauer sowie einen zweiten Faktor *Akzeptanz des Selbst und des Lebens* mit den Facetten Anpassungsfähigkeit, Ausgeglichenheit, Flexibilität und ausgeglichene Lebensperspektive (Wagnild/Young, 1993: 172-175).

Zieht man das in aller Regel angewandte Kriterium heran, alle Faktoren mit Eigenwerten > 1 in die Faktorenlösung einzubeziehen, hätte die Wahl auf ein Fünf-Faktorenmodell fallen müssen. Dies hätte die Annahme unterstützt, dass *Resilienz* aus den fünf Merkmalen Gelassenheit, Ausdauer, Selbstvertrauen, Sinnhaftigkeit und Existenzielle Einsamkeit besteht, auf deren Grundlage die RS-25 konzipiert worden ist. Dass sich Wagnild/Young (1993) letztlich für ein Zwei-Faktorenmodell entschieden, lag vermutlich in der Schwierigkeit begründet, das Ladungsmuster auf den fünf Faktoren zu interpretieren. „Zieht man eine Fünf-Faktorenlösung und lediglich Faktorladungen $> .40$ in Erwägung, führen eine Reihe sekundärer Ladungen zu einer mangelnden Eindeutigkeit bei der Interpretation der Faktoren“ [eigene Übersetzung] (Wagnild/Young, 1993: 173). Stattdessen entschieden sich die Wagnild/Young (1993) für ein anderes Kriterium und bezogen lediglich Faktoren mit ein, die zu einer Gesamtvarianzaufklärung von $> 5\%$ beitragen konnten. „Wendet man das Kriterium der Gesamtvarianzaufklärung an und beendet die Faktorenanalyse bei einer Aufklärung des letzten Faktors von nicht weniger als 5%, ergibt sich

eine Zwei-Faktorenlösung. Dieses Modell stellte sich als eindeutiger zu interpretieren heraus“ [eigene Übersetzung] (Wagnild/Young, 1993: 173).

Wagnild/Youngs (1993) Grenze bei 5% scheint in der Größenordnung willkürlich gewählt zu sein. Da möglich wäre, dass die übrigen drei Faktoren zu einer Gesamtvarianzaufklärung mit nur knapp weniger als 5% beitragen, ist die Entscheidung gemäß diesem Kriterium wenig überzeugend. Dass zudem Interpretationsschwierigkeiten ein Grund für die Wahl eines anderen Kriteriums darstellte und die Entscheidung letztlich deshalb zugunsten eines anderen Resilienzmodells ausfiel, ist teilweise wenig überzeugend und trägt zum Zweifel am zweidimensionalen Modell von Wagnild/Young (1993) bei.

Da die Mehrdimensionalität von *Resilienz* nicht auszuschließen bleibt, wäre ein Einblick in die Ladungsmuster der anderen vier Faktorenmodelle interessant gewesen. Neue teststatistische Ergebnisse einer Hauptkomponentenanalyse für die RS-25 liefert die deutschsprachige Version von Schumacher u.a. (2005).

2.2 Resilienzskala (RS-25) – deutschsprachige Version

Die von Wagnild/Young (1993) entwickelte RS-25 zur Erfassung von *Resilienz* als Persönlichkeitsmerkmal ist von den Autoren Schumacher u.a. (2005) in eine deutschsprachige Version übersetzt worden. Ziel war es, eine deutsche Version der RS-25 in einer bevölkerungsrepräsentativen Befragung zu testen. Dabei prüften sie die von Wagnild/Young (1993) ursprünglich zweidimensional angenommene Skalenstruktur. Sie teilen die Annahme, dass *Resilienz* als ein Personenmerkmal prinzipiell über eine Skala operationalisierbar ist (Schumacher u.a., 2005: 12).

Die Übersetzung der Items wurde von Schumacher u.a. (2005) selbstständig vorgenommen sowie anschließend rückübersetzt und von Wagnild/Young (1993) autorisiert (Schumacher u.a., 2005: 5). Ein möglicher Verlust in Inhalt oder Qualität der Items ist somit auszuschließen. Die teststatistische Untersuchung der deutschen RS-25 wurde im Anschluss von einem Meinungsforschungsinstitut durchgeführt, das die Repräsentativität der Stichprobe durch Vergleiche mit Angaben des Statistischen Bundesamtes sicherstellte (Schumacher u.a., 2005: 5). Mit einer zudem guten Rücklaufquote

von ca. 65% ist das methodische Vorgehen von Schumacher u.a. (2005) als einwandfrei zu beurteilen.

Schaut man auf die teststatistischen Ergebnisse, kann man eine sehr gute interne Konsistenz der Gesamtskala von .95 erkennen (Schumacher u.a., 2005: 7). Die englischsprachige RS-25 hat mit .91 ebenfalls eine sehr gute interne Konsistenz erzielt (siehe Abschnitt 2.1), sodass die Werte aus beiden Untersuchungen für die Qualität der Skala und für die Items sprechen. Auch die interne Konsistenz der Subskalen *Persönliche Kompetenz* und *Akzeptanz des Selbst und des Lebens* liegen mit .94 und .82 im guten bis sehr guten Bereich (Schumacher u.a., 2005: 7). Allerdings sind sie aufgrund einer sehr hohen Interkorrelation von .84 in ihrer Unabhängigkeit zu bezweifeln. „Die von uns....vorgenommene teststatistische Überprüfung der RS-25 zeigte zwar, dass sowohl die beiden Subskalen als auch die Gesamtskala über eine gute bis sehr gute interne Konsistenz verfügen. Die RS-25-Subskalen korrelieren jedoch hoch miteinander. Wie auch schon in anderen Studien ließ sich die von Wagnild und Young postulierte zweidimensionale Struktur in unserem Datensatz dann auch nicht in befriedigender Weise faktorenanalytisch replizieren“ (Schumacher u.a., 2005: 12-13). Da die Subskalen zu hoch miteinander korrelieren, als dass sie Unterschiedliches abbilden, konnte mit der Überprüfung der deutschsprachigen RS-25 Wagnild/Youngs (1993) Zwei-Subskalenmodell statistisch nicht bestätigt werden. Um dennoch eine Aussage über die Dimensionalität von *Resilienz* treffen zu können, führten Schumacher u.a. (2005) eine Hauptkomponentenanalyse durch. Daraus resultierten fünf Faktoren mit einem Eigenwerteverlauf von 11,6 – 1,17 – 1,08 – 0,96 – 0,88. Drei Faktoren verfügen über Eigenwerte > 1 und tragen mit 46,3% – 4,7% – 4,3% zur Gesamtvarianzaufklärung bei (Schumacher u.a., 2005: 7). Schumacher u.a. (2005: 13) nehmen an, dass es sich bei der RS-25 (Wagnild/Young, 1993) um ein eindimensionales Verfahren handelt. Sie halten dennoch an der Existenz zweier Subskalen fest und entschieden sich für die Annahme einer Drei-Faktorenlösung mit einem varianzstarken Faktor in übergeordneter Instanz.

Wie bei der englischsprachigen RS-25 führte die Hauptkomponentenanalyse zur Extraktion von fünf Faktoren. Bedenkt man, dass Wagnild/Young (1993) die

Skala ursprünglich auf Grundlage von fünf Merkmalen konzipiert haben, ist nicht auszuschließen, dass die fünf Faktoren auf die fünf Merkmale zurückzuführen sind (siehe Abschnitt 2.1). Schumacher u.a. (2005: 7) schlossen die Möglichkeit eines Vier- oder Fünf-Faktorenmodells allerdings gleich zu Beginn aus, da lediglich drei Faktoren Eigenwerte > 1 aufweisen. Da die Werte der letzten vier Faktoren aber mit nur einer Spanne von $+0,17$ und $-0,12$ nah um 1 liegen, ist die Entscheidung nur bedingt nachvollziehbar. Die im Anschluss durchgeführte Kreuzvalidierung kommt zu einem ähnlichen Ergebnis: Zwei zufällig ausgewählte Teilstichproben führten zur Extraktion von fünf Faktoren mit den Eigenwerten $11,46 - 1,24 - 1,06 - 0,99 - 0,96$ und $11,68 - 1,22 - 1,11 - 0,97 - 0,83$ (Schumacher u.a., 2005: 8). In beiden Stichproben liegen die Eigenwerte der letzten vier Faktoren nah um 1. Insbesondere der vierte Faktor weist Abweichungen von lediglich $-0,01$ und $-0,03$ auf. Der Ausschluss von Faktoren mit Eigenwerten < 1 ist im Fall der deutschen RS-25 somit kein zwingendes Argument, weshalb ein Modell bis zu fünf Faktoren weiterhin nicht auszuschließen bleibt. Da die folgenden Aussagen über die Gesamtvarianzaufklärung und Ladungsmuster der Items nunmehr auf der Annahme von drei Faktoren getroffen wurden, kann eine Fünf-Faktorenlösung mit den nachfolgend teststatistischen Ergebnissen nicht weiter diskutiert werden.

Wagnild/Young (1993) haben für die englischsprachige RS-25 eine starke erste Subskala *Persönliche Kompetenz* vermutet (siehe Abschnitt 2.1). Mit der Überprüfung der deutschen Version konnten ebenfalls Befunde für die Existenz eines Generalfaktors gefunden werden. Neben hohen Eigenwerten von über 11, trägt der erste Faktor in allen drei Stichproben mit signifikanten Anteilen zur Gesamtvarianzaufklärung bei: $46,3\%$ in der Gesamtstichprobe sowie $45,8\%$ in der ersten und $46,7\%$ in der zweiten Teilstichprobe (Schumacher u.a., 2005: 7-8). Die Gesamtvarianzaufklärung des zweiten und dritten Faktors sind mit Werten $< 5\%$ sehr gering. Zieht man wie Wagnild/Young (1993) lediglich die Faktoren in Erwägung, die mit einer Gesamtvarianzaufklärung von $> 5\%$ beitragen, würde man wie Schumacher u.a. (2005: 13) auf eine Eindimensionalität der Skala schließen können. Die Ladungsmuster der 25 Items sprechen in der Gesamtstichprobe mit $15 - 8 - 2$ und in den

Teilstichproben mit 15 – 9 – 1 und 15 – 8 – 2 ebenfalls für die Existenz eines Generalfaktors und für die Eindimensionalität der Skala (Schumacher u.a., 2005: 7-8).

Die teststatistische Untersuchung der deutschsprachigen RS-25 zeigte, dass die Gesamtvarianzaufklärung und die Ladungsmuster der Items für die Eindimensionalität der Skala sprechen. Schumacher u.a. (2005) halten dennoch an der Existenz zweier Subskalen fest und entschieden sich für die Annahme einer Drei-Faktorenlösung mit einem Generalfaktor in übergeordneter Instanz. „Die von uns berechnete Hauptkomponentenanalyse mit schiefwinkliger Rotation führte vielmehr zu einer Drei-Faktorenlösung mit einem varianzstarken ersten Faktor, die nahe legt, dass es sich bei der RS-25 um ein eindimensionales Verfahren handelt“ (Schumacher u.a., 2005: 13). Da eine Vier- oder Fünf-Faktorenlösung aufgrund des wenig überzeugenden Eigenwertkriteriums ausgeschlossen wurde, ist die Mehrdimensionalität des Konstrukts weiterhin denkbar.

Auf Grundlage der RS-25 wurden die beiden Kurzskalen RS-11 (Schumacher u.a., 2005) und RS-13 (Leppert u.a., 2008) entwickelt. Da die RS-25 in der englischsprachigen und in der deutschsprachigen Version keine überzeugende Skala zur Messung von *Resilienz* als Personenmerkmal darstellt, wird auf eine Analyse der RS-11 und RS-13 verzichtet.

3 Facetten

Um ein neues Subskalenmodell zu entwickeln, bestand ein wesentlicher Teil meiner Arbeit darin, die einschlägige Fachliteratur auf Merkmale von *Resilienz* zu untersuchen. Ziel war es, alle Eigenschaften, Fähigkeiten und Einstellungen zu identifizieren, die Forscher mit der *Widerstandskraft* in Verbindung bringen. Die Literatursuche erfolgte in der Bibliothek der Hochschule Hannover sowie über Fernleihen an Bibliotheken des Gemeinsamen Verbundkatalogs (GVK) inkl. Online-Contents. Es folgten Recherchen in den Datenbanken PsychInfo, PsychSpider und PSYINDEX unter Verwendung der Schlüsselwörter: Resilienz, resilience, psychische Widerstandsfähigkeit, Stehaufmenschen, Resilienzskala, Stressbewältigung und Erfolgspsychologie.

Die Tabellen 1 und 2 enthalten alle in der einschlägigen Fachliteratur gefunden Merkmale sortiert nach ihrer Zugehörigkeit zu personalen Faktoren (Tabelle 1) und Umweltfaktoren (Tabelle 2). Zu den personalen Faktoren gehören Merkmale, die in der Person begründet sind, zum Beispiel Selbstvertrauen, Hoffnung und Mut. Umweltfaktoren dagegen sind Einflüsse von außerhalb. Dazu gehören zum Beispiel Freundschaften oder die Beziehung zur Familie.

Die Reihenfolge innerhalb dieser Gliederung stellt keine Rangfolge der Bedeutsamkeit der Merkmale dar. Neben den Merkmalen ist jeweils die Quelle zitiert, die den Bezug zwischen Merkmal und Konstrukt vermutet. Gibt es mehrere Quellen zu einem oder einer Gruppe von Merkmalen, so ist die Literatur ebenfalls aufgeführt. Jedes Merkmal wird in der Tabelle einmal genannt, auch wenn es in den Zitaten mehrmals aufgeführt wird.

Tabelle 1: Personale Faktoren

Merkmale	Quellen
Ich-Stärke	Kadner (1989; zitiert nach Wagnild/Young, 1993: 166): „Kadner (1989) conceptualized <i>resilience</i> as an individual's capacity to make a “psycho-social comeback in adversity” and defined <i>resilience</i> as a comprising ego strength, social intimacy , and resourcefulness .”

Selbstvertrauen	
Unabhängigkeit	Wagnild/Young (1993: 174): „Each of the two factors reflected the theoretical definition of resilience. The 17 items for Factor I suggested self-reliance , independence , determination , invincibility , mastery , resourcefulness , and perseverance , and this factor was labeled Personal Competence.”
Entschlossenheit	
Glaube an	
Unbesiegbarkeit	
Beherrschung	
Einfallsreichtum	Druss/Douglas (1988)
Ausdauer	
Anpassung	Wagnild/Young (1993: 175): „The eight items in Factor II represented adaptability , balance , flexibility , and a balanced perspective of life . These items reflected acceptance of life and a sense of peace in spite of adversity. This factor was labeled Acceptance of Self and Life.”
Ausgeglichenheit	
Flexibilität	
ausgeglichene	
Lebensperspektive	Wagnild/Young (1993: 166): „Most studies have suggested that resilient persons tend to manifest adaptive behavior , especially in the areas of social functioning, morale, and somatic health.”
Akzeptanz	
Gelassenheit	Wagnild/Young (1993: 167): “....five interrelated components were identified that constitute <i>resilience</i> : equanimity , perseverance , self-reliance , meaningfulness , and existential aloneness .”
Sinnhaftigkeit	
Existenzielle	
Einsamkeit	
	Bannink (2012: 52): „Der Klient in der Logotherapie wird faktisch mit dem Sinn seines Lebens konfrontiert, so dass er sich (wieder) daran orientieren kann. Nach Frankl ist das Streben nach Sinngebung die primäre Motivationskraft, über die der Mensch verfügt.“
Dankbarkeit	Bannink (2012: 69): „Der Umgang mit Rückschlägen lässt sich erleichtern, wenn man sich regelmäßig in Erinnerung ruft, dankbar zu sein.“

Problemlösungs- fähigkeit	Wagnild/Young (1993: 166): „Ego-resilience when viewed as a continuum is at one extreme defined as being resourceful , flexible , and having an available repertoire of problem-solving strategies..... ”
Hoffnung	Bannink (2012: 51-52): „Neuere Untersuchungen bei Kriegsflüchtigen weisen darauf hin, dass Hoffnung mit posttraumatischen Reifungsprozessen assoziiert ist (Ai u.a., 2007). Ein wichtiger Motivator, um die Schrecken des Krieges zu verarbeiten, ist dabei die Vorstellung, dass man letztendlich auch etwas Positives erreichen kann.“
Mut	Wagnild/Young (1993: 166): „ <i>Resilience</i> connotes emotional stamina and has been used to describe persons who display courage and adaptability in the wake of life’s misfortunes.” Druss/Douglas (1988)
Kampfgeist	Wagnild/Young (1993: 166): „The resilient person has also been defined as an individual who does not succumb to illness (Caplan, 1990; O’Connell/Mayo, 1988).” Wagnild/Young (1993: 166-167): „Resilient persons are survivors (Beardlsee, 1989).”
Optimismus	Bannink (2012: 58): „Menschen, die generell positive Erwartungen haben, also Optimisten sind, suchen aktiver nach Möglichkeiten, schlechte Zeiten in bessere zu verändern, und nach positiven Betrachtungsmöglichkeiten für ihre Situation. Je mehr sie sich damit beschäftigen, desto größer ist die Wahrscheinlichkeit, dass sie auch etwas Positives finden.“ Druss/Douglas (1988); Tugade/Fredrickson (2004)

Positive Emotionen	<p>Bannink (2012: 55) „Positive Emotionen, die bereits vor einer Krise vorhanden sind und auch danach noch bestehen bleiben, schützen Menschen vor Depressionen und ermöglichen einen guten Umgang mit Krisensituationen.“</p> <p>Fredrickson (2009)</p>
Realitätssinn	<p>Wagnild/Young (1993: 167): “The mechanism by which <i>resilience</i> facilitates adaption has been described as the ability to identify what is stressful, appraise realistically one’s capacity for action, and problem solve effectively (Beardslee, 1989; Block/Block, 1980; Caplan 1990; Rutter, 1985).”</p>
Selbstbewusstsein Neugier	<p>Caplan (1990; zitiert nach Wagnild/Young, 1993: 166): „...Richmond/Beardslee (1988), Caplan (1990), Beardslee (1989), and Honzik (1984) described <i>resilience</i> as self-confidence, curiosity, self-discipline, self-esteem, and control over the environment.”</p>
Selbstdisziplin Kontrolle über die Umwelt	<p>Wagnild/Young (1993: 167): “Repeated mastery in spite of stressors enables individuals to confront new experiences with a sense of competence rather than fear and ineptitude and builds <i>resilience</i> (Caplan, 1990; Druss/Douglas, 1988; Richmond/Beardslee, 1988; Rutter, 1985).”</p>
Spiritualität	<p>Bannink (2012: 82): „Spiritualität kann eine positive Triebfeder in unserem Leben darstellen. Die westliche Welt ist stark auf Kontrolle ausgerichtet; es gibt jedoch ziemlich viele Dinge, die wir nicht unter Kontrolle bekommen können, wie Geburt, Unglück, Krankheiten und den Tod. Mithilfe von Spiritualität können wir aber Wege finden, damit umzugehen, z. B. durch Akzeptanz, Hoffnung, Vergebung, Ruhe oder Liebe.“</p>

Positive Lebenseinstellung	Druss/Douglas (1988; zitiert nach Wagnild/Young, 1993: 166): „Druss/Douglas (1988) described resilient individuals as having unusual courage and optimism in the face of death, illness, and congenital disability. Individuals believed in their own invincibility and focused on positive aspects of their situations.”
Offenheit	Bannink (2012: 53): „Tugade/Fredrickson (2004)... fanden heraus, dass sehr widerstandsfähige Menschen eine optimistischere Sichtweise auf das Leben haben und offen für neue Erfahrungen sind und mehr positive Emotionen als wenig widerstandsfähige Menschen erleben.“
Selbstwirksamkeits- erwartung	Schumacher u.a. (2005: 4): „So wird beispielsweise eine hohe Selbstwirksamkeitserwartung häufig als ein wichtiges Bestimmungsstück von <i>Resilienz</i> aufgeführt.“ Rutter (1987)
Körperliche Robustheit Soziale Kompetenz	Wagnild/Young (1993: 166-167): „Children who are described as resilient tend to be physically robust (Honzik, 1984) and posses social competence (Byrne u.a., 1986).”

Tabelle 2: Umweltfaktoren

Merkmale	Quellen
Vertrauensvolle Beziehungen Vorbilder Funktionierendes Familienleben	Wagnild/Young (1993: 167): „Most agree that <i>resilience</i> develops over time and that early childhood experiences such as close confiding relationships (Beardslee, 1989), role models who advocated exuberance and self-reliance (Druss/Douglas, 1988) and effective family functioning contribute to later development of <i>resilience</i> (Richmond/ Beardslee, 1988).

Soziale Aktivität	Wagnild/Young (1993: 166): „Wagnild/Young (1990) described resilient older women as being socially active and scoring mid to high on a measure of life satisfaction .“
Zufriedenstellende Beziehungen	Rutter (1987; zitiert nach Wagnild/Young, 1993: 166): „Rutter (1987) defined <i>resilience</i> as a buffering factor that protects individuals from psychotic disorders and described resilient individuals as possessing self-esteem , belief in one's own self-efficacy , a repertoire of problem-solving skills , and satisfying interpersonal relationships .“
Sichere Beziehungen	Wagnild/Young (1993: 167): „ <i>Resilience</i> appears to be fostered by secure current relationships as well (Beardslee, 1989; Richmond/Beardslee, 1988; Rutter, 1985).“
Verbundenheit Mitgefühl für Andere Beteiligung	Bannink (2012: 76): „O'Hanlon (1999) führt die drei C's der Spiritualität als Ressource für <i>Widerstandskraft</i> an. Connection bedeutet, dass man sich.... nach außen hin orientiert und eine Verbindung mit anderen oder etwas Größerem eingeht. Compassion meint, nett zu sich und anderen zu sein und mehr mit anstatt gegen sich selbst, andere oder die Welt zu sein. Und letztendlich bedeutet Contribution etwas Gutes für andere und die Welt zu tun.“

In den Tabellen 1 und 2 werden die Umweltfaktoren getrennt von den personalen Faktoren geführt. Grund dafür ist, dass der Fokus dieser Arbeit auf die personalen Faktoren gelegt wird, während Umweltfaktoren nachfolgend nicht weiter berücksichtigt werden. Zwar ist nicht auszuschließen, dass die Interaktion zwischen Individuum und Umwelt einen signifikanten Einfluss auf die *Resilienz* eines Menschen nimmt, doch ist mit dem Konstruktorschlag die Messung von *Resilienz* als Persönlichkeitseigenschaft beabsichtigt, was eine entsprechende Fokussierung auf personale Faktoren rechtfertigt.

4 Subskalen

Die teststatistische Überprüfung der englisch- und deutschsprachigen RS-25 zeigt (siehe Kapitel 2), dass noch keine überzeugenden Subskalenlösungen vorliegen. Vielmehr weckt eine Detailanalyse der berichteten Daten Zweifel an der von Wagnild/Young (1993) postulierten Zweidimensionalität und der von Schumacher u.a. (2005) angenommenen Eindimensionalität der *Resilienz*.

Wagnild/Young (1993) entschieden sich für eine Zwei-Subskalenlösung, die eine starke erste Subskala *Persönliche Kompetenz* mit den Facetten Selbstvertrauen, Unabhängigkeit, Entschlossenheit, Unbesiegbarkeit, Beherrschung, Einfallsreichtum und Ausdauer sowie eine schwächere zweite Subskala *Akzeptanz des Selbst und des Lebens* mit den Facetten Anpassungsfähigkeit, Ausgeglichenheit, Flexibilität und ausgeglichene Lebensperspektive vorsieht. Neben der Kritik zur teststatistischen Untersuchung (siehe Abschnitt 2.1), ist inhaltlich zu kritisieren, dass *Persönliche Kompetenz* eine sehr allgemeine Subskala ist, bei der eine weitere Differenzierung der Facetten nicht vorgenommen wurde. Beispielsweise können Selbstvertrauen, Unabhängigkeit und Unbesiegbarkeit als Überzeugung und Glaube an die eigenen Kräfte zumindest partiell unterschieden werden von Entschlossenheit und Ausdauer, welche einem Willen oder einer Einstellung entsprechen. Es empfiehlt sich, in einem neuen Vorschlag eine weitere Differenzierung der Facetten vorzunehmen. Zudem stellt sich die zweite Subskala *Akzeptanz des Selbst und des Lebens* als nur wenig überzeugend heraus. Die Facetten Anpassungsfähigkeit und Flexibilität sind Fähigkeiten und eher den *persönlichen Kompetenzen*, also der ersten Subskala zuzuordnen. Übrig bleiben Ausgeglichenheit und ausgeglichene Lebensperspektive, welche sinngemäß das Selbe abbilden und unter Akzeptanz ebenfalls als eine Facette der *persönlichen Kompetenz* interpretiert werden können. Dies spricht für die Eindimensionalität der Skala, die von den Autoren Schumacher u.a. (2005) angenommen wurde.

Dennoch bleibt die Vorstellung, dass *Resilienz* aus einer Dimension der persönlichen Kompetenz eines Menschen besteht, eine undifferenzierte Annahme. Die Hauptkomponentenanalysen von Wagnild/Young (1993) und

Schumacher u.a. (2005) führten zur Extraktion von bis fünf Subskalen, weshalb die Mehrdimensionalität des Konstrukts weiterhin nicht ausgeschlossen werden sollte.

Der aktuelle empirische Forschungsstand lässt genug Raum für einen neuen, aus theoretischer Sicht entwickelten, Lösungsvorschlag. Aus der Überlegung heraus, welche Merkmale für das Konstrukt in Frage kommen, habe ich eine Vier-Subskalenlösung sowie die Resilienzskala RS-32 entwickelt. Folgende Schritte wurden unternommen:

1. Zusammentragung der in der Literatur zu findenden Merkmale der *Resilienz* (siehe Kapitel 3),
2. Kategorisierung der Facetten zu einer Vier-Subskalenlösung,
3. Zuordnung der Items der RS-25 zu den Facetten der Vier-Subskalenlösung und
4. Entwicklung der RS-32 durch Beibehaltung, Veränderung und Entfernung ursprünglicher Items sowie durch Formulierung neuer Items.

Die Benennung der Subskalen erfolgte nach demjenigen Konstrukt, das die Kategorie und die Facetten am besten beschreibt:

- Subskala I: *Ich-Stärke*,
- Subskala II: *Lebensfreude*,
- Subskala III: *Hartnäckigkeit* und
- Subskala IV: *Wirklichkeitssinn*.

Die römische Nummerierung dient lediglich der zahlenmäßigen Benennung und ist nicht als die Markierung einer Rangfolge zu deuten. Eine Ordnung der Subskalen nach ihrer Bedeutsamkeit für das Konstrukt wäre zu diesem Zeitpunkt zu früh. Eine Reihung wäre erst nach einer empirischen Prüfung der vorgeschlagenen Subskalen sinnvoll.

4.1 Subskala I: *Ich-Stärke*

Ich-Stärke ist eine Übersetzung des englischen Ausdrucks *ego strength*, der von den Autoren Mackinnon/Yudofsky (1986) verwendet wurde. Darunter verstehen sie die „Erfolgswirksamkeit, mit der sich ein Mensch mittels eigener Kräfte seiner Umwelt anpasst“ [eigene Übersetzung] (Mackinnon/Yudofsky,

1986: 235). In der Literatur wird der Begriff *ego strength* als ein mögliches Merkmal von *Resilienz* vermutet (Druss/Douglas, 1988: 166; Wagnild/Young, 1993: 166). Unter dem deutschen Begriff *Ich-Stärke* werden in dieser Arbeit die Kraftreserve und die Selbstkompetenz eines Menschen verstanden. Je mehr *Ich-Stärke* ein Mensch besitzt, desto mehr Ressourcen kann er in Krisenzeiten aktivieren. Folgende Facetten habe ich der *Ich-Stärke* zugeordnet, dabei bildet die Reihenfolge auch die Wichtigkeit für das Konstrukt ab (absteigende Wichtigkeit):

- a. Selbstwirksamkeitserwartung,
- b. Selbstvertrauen,
- c. Selbstbewusstsein,
- d. Unabhängigkeit und
- e. Glaube an die Unbesiegbarkeit.

In der RS-32 wird die *Ich-Stärke*, wie die anderen Subskalen auch, durch acht Items abgefragt. Eines dieser Items misst die Selbstwirksamkeitserwartung: „Mein Glaube an mich selbst hilft mir auch in harten Zeiten“. Dieses Item wurde der RS-25 (Wagnild/Young, 1993) entnommen, das als Item-Nr. 17 der Subskala *Persönliche Kompetenz* zugeordnet ist (RS-25 Komp 17).

4.2 Subskala II: Lebensfreude

Lebensfreude als eine Subskala von *Resilienz* wird in der Literatur bisher nicht diskutiert. Mit dem Begriff sind alle positive Eigenschaften, Fähigkeiten, Einstellungen und Emotionen gemeint, die den Menschen zum Leben und Kämpfen motiviert. Man ist sich weitgehend einig, dass eine positive Einstellung zum Leben als ein Schutzfaktor bei widrigen Lebensumständen wirken kann (Bannink, 2012; Druss/Douglas, 1988). „Dass positive Einstellungen wie Optimismus, Hoffnung und Lebenswille starke Auswirkung auf unsere Gesundheit haben, ist seit langem bekannt“ [eigene Übersetzung] (Druss/Douglas, 1988: 166). *Lebensfreude* scheint ganz unabhängig von der Realität als solcher eine eigene Dynamik zu besitzen. Sie wird in dieser Arbeit als Triebfeder der *Ich-Stärke* definiert. Zu *Lebensfreude* ordne ich die Facetten:

- a. Optimismus,
- b. Hoffnung,

- c. Zuversicht,
- d. eine positive Lebenseinstellung,
- e. Vertrauen in die Zukunft,
- f. Lebenslust,
- g. Lebensmut,
- h. Sinnhaftigkeit,
- i. Spiritualität,
- j. Gelassenheit,
- k. Leichtigkeit,
- l. Ausgelassenheit,
- m. Lebensbejahung und
- n. Neugier.

Im Fragebogen der RS-32 wird Optimismus zum Beispiel durch das Item „Für jedes Problem gibt es auch eine Lösung“ abgefragt.

4.3 Subskala III: *Hartnäckigkeit*

Hartnäckigkeit stellt als dritte Subskala von *Resilienz* eine weitere persönliche Kompetenz dar. Unter *Hartnäckigkeit* wird verstanden, dass die Kräfte, die mithilfe der *Ich-Stärke* mobilisiert werden, nicht nur auf kurze Zeit, sondern über eine längere Periode aufrecht erhalten werden können. Sorgen widrige Lebensumstände dafür, dass *Lebensfreude* als natürlicher Antrieb zum Kampf verloren geht, kann *Hartnäckigkeit* als Ersatzmotivation der *Lebensfreude* beim Weitermachen und Durchhalten helfen. *Hartnäckigkeit* bildet sich aus den Facetten:

- a. Kampfgeist,
- b. Entschlossenheit,
- c. Beharrlichkeit,
- d. Selbstdisziplin,
- e. Ausdauer,
- f. Beherrschung und
- g. Mut.

Ein Item, das den Kampfgeist abfragt, lautet: „Ich lasse mich nicht so schnell aus der Bahn werfen“. Dieses Item ist der RS-25 (Wagnild/Young, 1993)

entnommen, das als Item-Nr. 7 zu der Subskala *Akzeptanz des Selbst und des Lebens* gehört (RS-25 Akz 7).

4.4 Subskala IV: *Wirklichkeitssinn*

Der *Wirklichkeitssinn* unterscheidet sich von den ersten drei Subskalen insofern, dass keine Persönlichkeitseigenschaft, sondern vielmehr eine Methodenkompetenz abgebildet wird, der im Umgang mit schwierigen Situationen eine wesentliche Bedeutung beikommt. „Übrigens ist *Widerstandskraft*, genau wie Hoffnung, nichts, was man hat, sondern vor allem etwas, das man tut“ (Bannink, 2012: 52). Neben einer starken Persönlichkeit ist die Fähigkeit notwendig, eine Methode auszuwählen und anwenden zu können, die die bestmögliche Hilfe aus der Krise verspricht. Der *Wirklichkeitssinn* wird als nicht-emotionales Konstrukt ausschließlich auf der Verstandesebene eingesetzt und versetzt den Menschen in die Lage, trotz Emotionen klare Gedanken zu fassen und reale Zusammenhänge zu verstehen. Erst dann kann sich der Mensch seiner verschiedenen Lösungsmethoden bewusst werden und die situativ angemessene dieser Methoden anwenden. Diese dann durchzuhalten ist eine Frage der Motivation und der Ausdauer und entscheidet sich auf Ebene der *Lebensfreude* und der *Hartnäckigkeit*. Zum *Wirklichkeitssinn* zähle ich die Facetten:

- a. Akzeptanz,
- b. Anpassung,
- c. Achtsamkeit,
- d. Nüchternheit,
- e. Vernunft,
- f. Dankbarkeit und
- g. Existenzielle Einsamkeit.

In der RS-32 wird die Vernunft beispielsweise durch das Item „Ich kann mich überwinden, Dinge zu tun, die ich eigentlich nicht machen will, von denen ich aber weiß, dass sie gut für mich sind“ abgefragt.

5 Resilienzskala (RS-32)

Ziel der Arbeit ist, einen an die Vier-Subskalenlösung angepassten Fragenbogen zu entwickeln. Die Subskalen *Ich-Stärke*, *Lebensfreude*, *Hartnäckigkeit* und *Wirklichkeitssinn* sollen dabei jeweils in Blöcken getrennt voneinander abgefragt werden. Da zu diesem Zeitpunkt keine Gewichtung der Subskalen vorgenommen werden soll, wird jeder Block durch dieselbe Anzahl an Items abgefragt. Die Items der RS-25 (Schumacher u.a., 2005; Wagnild/Young, 1993) dienten als Grundlage für die Entwicklung der neuen Resilienzskala. Jedes Item wurde interpretiert und anschließend einer Subskala und einer Facette zugeordnet. Da die Items der RS-25 (Schumacher u.a., 2005; Wagnild/Young, 1993) inhaltlich überzeugen, sollten möglichst alle Items in den neuen Fragebogen übernommen werden. Grundsätzlich wurden bereits erprobte Items nur dann entfernt oder verändert, wenn kein Bezug zu einer der Facetten der neuen Vier-Subskalenlösung erkennbar war oder die zugehörige Facette bereits durch andere Items ausreichend abgefragt wurde.

Insgesamt wurde ein Item (Nr. 15) entfernt sowie vier Items (Nr. 2, 11, 20, 22) durch Hinzufügen und/oder Entfernung von Satzteilen in dem Maße verändert, dass sinngemäß das Selbe gefragt, aber die Aussage konkreter formuliert und/oder eindeutiger einer Facette zugewiesen werden konnte. Die übrigen 24 Items wurden nach inhaltlicher Zugehörigkeit auf die vier Subskalen verteilt. Um für jede Subskala dieselbe Anzahl an Items zu gewährleisten, entschied ich mich für eine 32-Item-Skala mit je acht Items pro Subskala. Mit der Formulierung zusätzlicher acht Items wurde die RS-32 komplettiert.

In Kapitel 5.1 bis 5.4 werden die Subskalen der RS-32 vorgestellt. Dabei wird auf jedes Item und seine Facette sowie bedarfsweise auf die Ladungsmuster der englischsprachigen RS-25 (Wagnild/Young, 1993) und deutschsprachigen RS-25 (Schumacher u.a., 2005) eingegangen.

5.1 Subskala I: *Ich-Stärke*

Im ersten Teil der RS-32 wird mit den Items I-1 bis I-8 die *Ich-Stärke* der Befragungsperson gemessen. Die Items werden nachfolgend erläutert:

Item I-1 („Normalerweise schaffe ich alles irgendwie, was ich auch schaffen kann.“) ist ursprünglich das Item Nr. 2 („Normalerweise schaffe ich alles irgendwie.“) der RS-25 (Schumacher u.a., 2005; Wagnild/Young, 1993) lediglich mit dem Zusatz, dass zur Aufgabenbewältigung die körperliche und geistige Befähigung vorausgesetzt werden kann. Dieser Satzteil verändert den Sinn des ursprünglichen Items nicht, sondern ist lediglich zur besseren Verständlichkeit hinzugefügt worden. Das Item misst das Selbstvertrauen als eine Facette der *Ich-Stärke*. Die Korrelationen .58 / .18 / .08 der Hauptkomponentenanalyse von Schumacher u.a. (2005) sowie .79 / -.12 von Wagnild/Young (1993) zeigen außerdem, dass das Item eindeutig auf einem Faktor lädt, weshalb es sich gut zur Übernahme in die RS-32 eignet. In Tabelle 3 werden die Items der Subskala *Ich-Stärke* dargestellt.

Tabelle 3: RS-32 Subskala Ich-Stärke

Subskala <i>Lebensfreude</i>			
Nr.	Item	F	Ursprung
I-1	Normalerweise schaffe ich alles irgendwie, was ich auch schaffen kann.	b.	RS-25 Komp (2*)
I-2	Ich kann mich eher auf mich selbst als auf andere verlassen.	d.	RS-25 Komp (3)
I-3	Ich kann mehrere Dinge gleichzeitig bewältigen.	a.	RS-25 Komp (9)
I-4	Ich kann schwierige Zeiten durchstehen, weil ich weiß, dass ich das früher auch schon geschafft habe.	a.	RS-25 Komp (13)
I-5	Mein Glaube an mich selbst hilft mir auch in harten Zeiten.	a.	RS-25 Komp (17)
I-6	Wenn ich in einer schwierigen Situation bin, finde ich für gewöhnlich einen Weg heraus.	a.	RS-25 Komp (23)
I-7	Ich bin stark, weil ich die Hilfe von anderen annehmen kann.	c.	Neu
I-8	Ich kann eigene Fehler akzeptieren.	c.	Neu

Anmerkungen:

F ... Facette der RS-32 Subskalen

Schwarz ... Item aus der ursprünglichen Skala RS-25

Blau ... Neues Item

* ... Modifiziertes Item aus der ursprünglichen Skala RS-25

Die Items Nr. 3, 9, 13, 17 und 23 werden unverändert in den neuen Fragebogen übernommen, da sie die Facetten

- Unabhängigkeit (I-2: „Ich kann mich eher auf mich selbst als auf andere verlassen.“) und
- Selbstwirksamkeitserwartung (I-3: „Ich kann mehrere Dinge gleichzeitig bewältigen.“; I-4: „Ich kann schwierige Zeiten durchstehen, weil ich weiß, dass ich das früher auch schon geschafft habe.“; I-5: „Mein Glaube an mich selbst hilft mir auch in harten Zeiten.“; I-6: „Wenn ich in einer schwierigen Situation bin, finde ich für gewöhnlich einen Weg heraus.“)

abfragen. Bis auf das Item I-2, das in der Untersuchung von Schumacher u.a. (2005) ein uneindeutiges Ladungsmuster von .46 / .29 / -.11 aufweist, laden alle Items mit guten Werten von über .50 auf einem Faktor.

Da lediglich sechs der 25 Items der Subskala zugeordnet werden konnten, sind zwei neue Items I-7 („Ich bin stark, weil ich die Hilfe von anderen annehmen kann.“) und I-8 („Ich kann eigene Fehler akzeptieren.“) entwickelt worden, um das Selbstbewusstsein abzufragen. Beide Items basieren auf der Überlegung, dass das eigene Bewusstsein darüber, ein Mensch mit Schwächen und Fehlern zu sein, eine Ich-Stärke darstellt.

5.2 Subskala II: *Lebensfreude*

Die zweite Subskala misst die *Lebensfreude* eines Menschen. Die Items L-1 bis L-8 sind in Tabelle 4 dargestellt und werden im Folgenden erläutert:

Die Items Nr. 4, 6, 8, 16, 21, 24 und 25 der RS-25 (Schumacher u.a., 2005; Wagnild/Young, 1993) wurden unverändert übernommen. Sie messen:

- Lebenslust (L-1: „Es ist mir wichtig, an vielen Dingen interessiert zu bleiben.“)
- eine positive Lebenseinstellung (L-2: „Ich bin stolz auf das, was ich schon geleistet habe.“)
- Leichtigkeit (L-3: „Ich mag mich.“)
- Ausgelassenheit (L-4: „Ich finde öfter etwas, worüber ich lachen kann.“),
- Sinnhaftigkeit (L-5: „Mein Leben hat einen Sinn.“)

- Zuversicht (L-6: „In mir steckt genügend Energie, um alles zu machen, was ich machen muss.“)
- Gelassenheit (L-7: „Ich kann es akzeptieren, wenn mich nicht alle Leute mögen.“)

Es bleibt zu kritisieren, dass lediglich L-1 ein eindeutiges Ladungsmuster von .66 / .09 in der englischsprachigen RS-25 (Wagnild/Young, 1993) und .70 / .10 / -.19 in der deutschsprachigen RS-25 (Schumacher u.a., 2005) aufweist. L-2, L-3, L-4 und L-6 laden bei je einer der Analysen mit weniger als .50 auf mehreren Faktoren, während L-5 und L-7 sogar in beiden Analysen uneindeutige Ladungsergebnisse erzielt haben. Dennoch sollte das Prinzip, möglichst viele Items der RS-25 (Schumacher u.a., 2005; Wagnild/Young, 1993) in die neue Skala zu übernehmen (siehe Abschnitt 5), auch in diesem Fall gelten, sodass alle sieben Items beibehalten wurden.

Tabelle 4: RS-32 Subskala Lebensfreude

Subskala <i>Lebensfreude</i>			
Nr.	Item	F	Ursprung
L-1	Es ist mir wichtig, an vielen Dingen interessiert zu bleiben.	f.	RS-25 Komp (4)
L-2	Ich bin stolz auf das, was ich schon geleistet habe.	d.	RS-25 Komp (6)
L-3	Ich mag mich.	k.	RS-25 Akz (8)
L-4	Ich finde öfter etwas, worüber ich lachen kann.	l.	RS-25 Akz (16)
L-5	Mein Leben hat einen Sinn.	h.	RS-25 Akz (21)
L-6	In mir steckt genügend Energie, um alles zu machen, was ich machen muss.	c.	RS-25 Komp (24)
L-7	Ich kann es akzeptieren, wenn mich nicht alle Leute mögen.	j.	RS-25 Akz (25)
L-8	Für jedes Problem gibt es auch eine Lösung.	a.	Neu

Anmerkungen:

F ... Facette der RS-32 Subskalen

Schwarz ... Item aus der ursprünglichen Skala RS-25

Blau ... Neues Item

* ... Modifiziertes Item aus der ursprünglichen Skala RS-25

Das Item Nr. 15 („Ich behalte an vielen Dingen Interesse.“) wurde aufgrund der Ähnlichkeit zu L-1 („Es ist mir wichtig an vielen Dingen interessiert zu bleiben.“) entfernt. Bei diesem Item war das ausschließende Kriterium, dass aufgrund fast gleicher Formulierung kein zusätzlicher Erkenntnisgewinn hätte erzielt werden können. Da L-1 ein minimal besseres Ladungsergebnis aufweist, wurde dieses Item beibehalten.

Als neues Item L-8 wurde die Aussage „Für jedes Problem gibt es auch eine Lösung“ formuliert. Dieses Item wurde entwickelt, um Optimismus abzufragen, der ein zentraler Bestandteil der *Lebensfreude* darstellt, aber bisher durch kein Item gemessen wurde.

5.3 Subskala III: *Hartnäckigkeit*

Im nächsten Teil der RS-32 wird *Hartnäckigkeit* gemessen. In Tabelle 5 sind die Items H-1 bis H-8 zu entnehmen. Sie werden im Folgenden näher erläutert:

Für diese Subskala eignen sich die Items Nr. 1, 7, 10 und 14 der RS-25 (Schumacher u.a., 2005; Wagnild/Young, 1993). Sie messen:

- Entschlossenheit (H-1: „Wenn ich Pläne habe, verfolge ich sie auch.“; H-3: „Ich bin entschlossen.“)
- Kampfgeist (H-2: „Ich lasse mich nicht so schnell aus der Bahn werfen.“)
- Selbstdisziplin (H-4: „Ich habe Selbstdisziplin.“)

Die Items H-1 und H-3 laden eindeutig mit über .70 in der englischsprachigen RS-25 (Wagnild/Young, 1993) und deutschsprachigen RS-25 (Schumacher u.a., 2005) auf einem Faktor und eignen sich gut für die Übernahme in die RS-32. Lediglich die Items H-2 und H-4 laden in mindestens einer der Analysen auf mehreren Faktoren. H-2 weist mit .36 / .45 in der englischsprachigen RS-25 (Wagnild/Young, 1993) und .45 / .39 / .11 in der deutschsprachigen RS-25 (Schumacher u.a., 2005) besonders schwache Ladungsergebnisse auf. Dennoch werden beide Items in die RS-32 übernommen, da sie die Facetten Kampfgeist und Selbstdisziplin abfragen. Bei einer erneuten Überprüfung der faktoriellen Validität sollten diese Items kritisch betrachtet werden.

Zusätzlich wurden vier neue Items formuliert. Sie messen:

- Beharrlichkeit (H-5: „Wenn ich etwas angefangen habe, beende ich es für gewöhnlich auch.“)
- Mut (H-6: „Wenn etwas nicht klappt, lasse ich mich nicht so schnell entmutigen.“)
- Kampfgeist (H-7: „Ich habe den nötigen Biss, auch bei Anstrengungen durchzuhalten.“)
- Ausdauer (H-8: „Ich habe einen langen Atem, wenn es sein muss.“)

Tabelle 5: RS-32 Subskala Hartnäckigkeit

Subskala <i>Hartnäckigkeit</i>			
Nr.	Item	F	Ursprung
H-1	Wenn ich Pläne habe, verfolge ich sie auch.	b.	RS-25 Komp (1)
H-2	Ich lasse mich nicht so schnell aus der Bahn werfen.	a.	RS-25 Akz (7)
H-3	Ich bin entschlossen.	b.	RS-25 Komp (10)
H-4	Ich habe Selbstdisziplin.	d.	RS-25 Komp (14)
H-5	Wenn ich etwas angefangen habe, beende ich es für gewöhnlich auch.	c.	Neu
H-6	Wenn etwas nicht klappt, lasse ich mich nicht so schnell entmutigen.	g.	Neu
H-7	Ich habe den nötigen Biss, auch bei Anstrengungen durchzuhalten.	a.	Neu
H-8	Ich habe einen langen Atem, wenn es sein muss.	e.	Neu

Anmerkungen:

F ... Facette der RS-32 Subskalen

Schwarz ... Item aus der ursprünglichen Skala RS-25

Blau ... Neues Item

* ... Modifiziertes Item aus der ursprünglichen Skala RS-25

Da in dieser Subskala die Facetten Beharrlichkeit, Mut und Ausdauer bisher durch kein Item abgefragt wurden, sind die Items H-5, H-6 und H-8 entwickelt worden. H-5 beschreibt die Fähigkeit eines Menschen, Aufgaben zu Ende bringen. Diese Fähigkeit kann als Beharrlichkeit bezeichnet werden. Mit H-6 wird nach der Kraft gefragt, sich nicht entmutigen zu lassen. Sie wird im RS-32

der Facette Mut zugeordnet. H-8 beschreibt die Ausdauer, die sich durch einen langen Atem kennzeichnet. Da Kampfgeist eine wichtige Facette der *Hartnäckigkeit* darstellt und lediglich durch das Item H-2 gemessen wird, ist außerdem das Item H-7 hinzugefügt worden. Mit dieser Aussage wird nach der Fähigkeit gefragt, den nötigen Biss entwickeln zu können. Sie wird mit dem Kampfgeist eines Menschen assoziiert.

5.4 Subskala IV: *Wirklichkeitssinn*

Im vierten Teil der RS-32 wird der *Wirklichkeitssinn* mit acht Items gemessen. In Tabelle 6 werden die Items dargestellt und anschließend erläutert:

Tabelle 6: RS-32 Subskala

Subskala <i>Wirklichkeitssinn</i>			
Nr.	Item	F	Ursprung
W-1	Wenn ich muss, kann ich auch allein sein.	f.	RS-25 Komp (5)
W-2	Ich stelle mir selten Sinnfragen, bei denen ich weiß, dass sie mir nicht weiter helfen.	c.	RS-25 Akz (11*)
W-3	Ich nehme die Dinge wie sie kommen.	b.	RS-25 Akz (12)
W-4	In Notfällen kann man sich auf mich verlassen.	e.	RS-25 Komp (18)
W-5	Normalerweise kann ich eine Situation aus mehreren Perspektiven betrachten.	e.	RS-25 Komp (19)
W-6	Ich kann mich überwinden Dinge zu tun, die ich eigentlich nicht machen will, von denen ich aber weiß, dass sie gut für mich sind.	e.	RS-25 Komp (20*)
W-7	Ich nehme schwierige Umstände an, wenn ich sie nicht ändern kann.	a.	RS-25 Akz (22*)
W-8	Ich glaube, dass ich manchmal weniger emotional bin als andere.	d.	Neu

Anmerkungen:

F ... Facette der RS-32 Subskalen

Schwarz ... Items aus der ursprünglichen Skala RS-25

Blau ... Neue Items

* ... Modifizierte Items aus der ursprünglichen Skala RS-25

Die vier Items Nr. 5, 12, 18 und 19 der RS-25 (Schumacher u.a., 2005; Wagnild/Young, 1993) wurden unverändert in den Fragenbogen übernommen. Sie messen die Facetten:

- Existenzielle Einsamkeit (W-1: „Wenn ich muss, kann ich auch allein sein.“)
- Anpassung (W-3: „Ich nehme die Dinge wie sie kommen.“)
- Vernunft (W-4: „In Notfällen kann man sich auf mich verlassen.“; W-5: „Normalerweise kann ich eine Situation aus mehreren Perspektiven betrachten.“)

Die Items W-1, W-4 und W-5 laden in den Hauptkomponentenanalysen der RS-25 (Schumacher u.a., 2005; Wagnild/Young, 1993) mit Werten von über .50 eindeutig auf einem Faktor und eignen sich gut für die Übernahme in die RS-32. Das Item W-3 hingegen lädt in der Analyse von Schumacher u.a. (2005) mit -.09 / .58 / .59 fast exakt auf zwei Faktoren. Es ist abzuwarten, welche Ergebnisse dieses Item in einer erneuten Analyse erzielt. Es sollte daher weiter beobachtet werden.

Die Items Nr. 11, 20 und 22 der RS-25 (Schumacher u.a., 2005; Wagnild/Young, 1993) sind umformuliert worden. Das ursprüngliche Item Nr. 11 („Ich stelle mir selten Sinnfragen.“) wurde um ein Satzteil ergänzt und ist das neue Item W-2 („Ich stelle mir selten Sinnfragen, bei denen ich weiß, dass sie mir nicht weiter helfen.“). Grund dafür ist die Überlegung, dass Sinnfragen nur dann bei der Verarbeitung von Belastungen helfen können, wenn man sie positiv beantworten kann. Es wird vermutet, dass negative Antworten lediglich zu einer Verstärkung des Leids beitragen würden. Der *Wirklichkeitssinn* soll dabei helfen, diese Tatsache zu erkennen und Sinnfragen in geeigneter Weise anzuwenden. Das Item Nr. 20 („Ich kann mich auch überwinden Dinge zu tun, die ich eigentlich nicht machen will.“) wurde ebenfalls um einen Satzteil ergänzt und ist das neue Item W-6 („Ich kann mich auch überwinden Dinge zu tun, die ich eigentlich nicht machen will, von denen ich aber weiß, dass sie gut für mich sind.“). Mit diesem Zusatz soll sichergestellt werden, dass das Item den *Wirklichkeitssinn* misst. Das Item Nr. 22 („Ich beharre nicht auf Dingen, die ich nicht ändern kann.“) ist zum besseren Verständnis zu W-7 („Ich nehme schwierige Umstände an, wenn ich sie nicht ändern kann.“) geändert worden. Es verändert den Sinn des ursprünglichen Items nicht. Ein neues Item W-8 („Ich

glaube, dass ich manchmal weniger emotional bin als andere.“) wurde entwickelt, um Nüchternheit als eine Facette des *Wirklichkeitssinns* abzufragen. Mit Nüchternheit ist die Sachlichkeit gemeint, die sich durch einen nicht emotionalen Zustand auszeichnet. Dieses Item ist entstanden, da Nüchternheit bisher durch kein Item in der Subskala gemessen wurde.

6 Diskussion

Die vorliegende Arbeit leistet einen Beitrag zum Thema *Resilienz*. Unter dem Konstrukt *Resilienz* wird die *psychische Widerstandskraft* verstanden, die den Menschen befähigt, schwierige Lebenssituationen ohne anhaltende Beeinträchtigung zu überstehen (Duden, 2014). In der einschlägigen Literatur ist ein heterogenes Meinungsbild zur Konstruktdefinition vorzufinden. Für diese Arbeit wurde *Resilienz* als stabiles Persönlichkeitsmerkmal eingestuft. Zielstellung war es, zu einem Begreifen des Konstrukts und seiner Faktoren und Facetten beizutragen. Dafür wurden die teststatistischen Untersuchungsergebnisse der englischsprachigen Resilienzskala (RS-25) von Wagnild/Young (1993) und der deutschsprachigen Version von Schumacher u.a. (2005) zusammengefasst und analysiert. Auf Grundlage aller mit *Resilienz* in Verbindung gebrachten Merkmale, wurde eine Vier-Subskalenlösung und eine Resilienzskala RS-32 entwickelt und vorgestellt.

6.1 Zusammenfassende Bewertung

Die teststatistische Untersuchung der englischsprachigen RS-25 (Wagnild/Young, 1993) und der deutschsprachigen RS-25 (Schumacher u.a., 2005) zeigte, dass bisher keine überzeugenden Subskalenvorschläge für *Resilienz* vorliegen. Die von Wagnild/Young (1993) postulierte Zweidimensionalität mit den Subskalen *Persönliche Kompetenz* und *Akzeptanz des Selbst und des Lebens* konnte aufgrund einer sehr hohen Interkorrelation von .84 und inhaltlicher Unstimmigkeit nicht bestätigt werden. Die von den Autoren Schumacher u.a. (2005) angenommene Eindimensionalität ist aufgrund der statistischen Ergebnisse zwar etwas überzeugender, wird aber dennoch als nicht hinreichend differenzierte Operationalisierung von *Resilienz* angesehen.

Auf Grundlage der Merkmale, die in der Literatur für *Resilienz* aufgeführt werden, wurde ein neuer Subskalenvorschlag entwickelt. Die vier Subskalen *Ich-Stärke*, *Lebensfreude*, *Hartnäckigkeit* und *Wirklichkeitssinn* können als gut differenzierend betrachtet werden und das Konstrukt in der Breite und Tiefe erfassen. Die Items der RS-25 (Schumacher u.a., 2005; Wagnild/Young, 1993) wurden als Grundlage für die Entwicklung einer neuen Resilienzskala

verwendet. Die RS-32 deckt die Facetten des Vier-Subskalenvorschlags hinreichend ab und kann in empirischen Untersuchungen überprüft werden.

6.2 Grenzen

Da es sich bei der vorliegenden Arbeit um eine theoretische Arbeit handelt, ist eine empirische Bewertung des Subskalenvorschlags und der RS-32 nicht möglich. Die Argumentation erfolgte auf inhaltlicher Ebene. Im nächsten Schritt ist es unverzichtbar, die RS-32 empirisch zu prüfen.

6.3 Ausblick

Die teststatistische Überprüfung und Validierung der RS-32 ist die Zielsetzung der nachfolgenden Bachelorarbeit im WS 2014/15. In einer Befragung an der Hochschule Hannover wird in einer Grundgesamtheit von Studierenden der Fakultät IV – Wirtschaft und Informatik im Alter von 17 und 30 Jahren eine zufällig ausgewählte Untersuchungsstichprobe von ca. 150 Studierenden befragt. In Lehrveranstaltungen werden Fragebögen der RS-32 (siehe Anhang 1) zur selbstständigen Beantwortung ausgeteilt und nach kurzer Bearbeitungsdauer wieder eingesammelt. Studierende werden gebeten, die Items auf einer siebenstufigen Antwortskala (1 = „Ich stimme nicht zu“ bis 7 = „Ich stimme zu“) zu beantworten. Ein hohes Ergebnis steht für eine hohe Ausprägung von *Resilienz* und orientiert sich im Vorgehen an der englisch- und deutschsprachigen RS-25 (Schumacher u.a., 2005; Wagnild/Young, 1993). Die Lehrveranstaltungen werden nach Geschlechts- und Alterszusammensetzung ausgewählt, um insgesamt die Repräsentativität der Untersuchungsstichprobe sicherzustellen. Da die Erhebung vor Ort gesteuert werden kann, ist mit einer hohen Ausschöpfungsquote zu rechnen. Die Ergebnisse werden im Anschluss mithilfe des Statistikprogramms SPSS ausgewertet und faktoranalytisch evaluiert. Abschließend kann eine Bewertung der RS-32 vorgenommen und mögliche Handlungsempfehlungen für weitere Forschungstätigkeiten abgeleitet werden.

Literaturverzeichnis

- Bannink, F.P. (2012). *Praxis der Positiven Psychologie*. Göttingen: Hogrefe.
- Druss, R.G./Douglas, C.J. (1988). Adaptive Responses to Illness and Disability. *General Hospital Psychiatry*, 10, 163-168.
- Duden (2014). Verfügbar unter: <http://www.duden.de/rechtschreibung/Resilienz> [27. Juli 2014].
- Fröhlich-Gildhoff, K./Rönnau-Böse, M. (2014). *Resilienz*. München: Reinhardt.
- Heller, J. (2013). Lernen, an Herausforderungen zu wachsen. Resilienztraining für Führungskräfte. *Personalführung*, 12/2013, 57-64.
- Leppert, K./Gunzelmann, T./Schumacher, J./Strauß, B./Brähler, E. (2005). Resilienz als protektives Persönlichkeitsmerkmal im Alter. *Psychotherapie, Psychosomatik, Medizinische Psychologie*, 55, 365-369.
- Leppert, K./Koch, B./Brähler, E./Strauß, B. (2008). Die Resilienzskala (RS). Überprüfung der Langform RS-25 und einer Kurzform RS-13. *Klinische Diagnostik und Evaluation*, 1 (2), 226-243.
- Leybold, H. (2009). *Das Resilienzmodell als bestimmender Einflussfaktor für erfolgreiche Organisations- und Personalentwicklung*. Berlin: Logos.
- MacKinnon R.A./Yudofsky S.C. (1986). *The Psychiatric Evaluation in Clinical Practice*. Philadelphia: J.B. Lippincott.
- Mahler, L./Jarchov-Jàdi, I./Montag, C./Gallinat, J. (2014). *Das Weddinger Modell. Resilienz- und Ressourcenorientierung im klinischen Kontext*. Köln: Psychiatrie Verlag.
- Masten, A.S./Obradovic, J. (2006). Competence and Resilience in Development. *Annals New York Academy of Sciences*, 1094, 13-27.
- Noeker, M./Petermann, F. (2008). Resilienz: Funktionale Adaption an widrige Umgebungsbedingungen. *Zeitschrift für Psychiatrie, Psychologie und Psychotherapie*, 56 (4), 255-263.
- Rutter, M. (2006). Implications of Resilience Concepts for Scientific Understanding. *Annals New York Academy of Sciences*, 1094, 1-12.

Ryan, L./Caltabiano, M.L. (2009). Development of a New Resilience Scale: The Resilience in Midlife Scale (RIM Scale). *Asian Social Science*, 5 (11), 39-51.

Schumacher, J./Leppert, K./Gunzelmann, T./Strauß, B./Brähler, E. (2004). Die Resilienzskala. Ein Fragebogen zur Erfassung der psychischen Widerstandsfähigkeit als Personmerkmal. *Zeitschrift für Klinische Psychologie, Psychiatrie und Psychotherapie*, 01/2005, 53, 16-39.

Southwick, S.M./Charney, D.S. (2012). *Resilience: the science of mastering life's greatest challenges*. New York: Cambridge University Press.

Wagnild, G.M./Young, H.M. (1993). Development and Psychometric Evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*, 1 (2), 165-178.

Anhang: RS-32

Subskala <i>Ich-Stärke</i>			
Nr.	Item	F	Ursprung
I-1	Normalerweise schaffe ich alles irgendwie, was ich auch schaffen kann.	b.	RS-25 Komp (2*)
I-2	Ich kann mich eher auf mich selbst als auf andere verlassen.	d.	RS-25 Komp (3)
I-3	Ich kann mehrere Dinge gleichzeitig bewältigen.	a.	RS-25 Komp (9)
I-4	Ich kann schwierige Zeiten durchstehen, weil ich weiß, dass ich das früher auch schon geschafft habe.	a.	RS-25 Komp (13)
I-5	Mein Glaube an mich selbst hilft mir auch in harten Zeiten.	a.	RS-25 Komp (17)
I-6	Wenn ich in einer schwierigen Situation bin, finde ich für gewöhnlich einen Weg heraus.	a.	RS-25 Komp (23)
I-7	Ich bin stark, weil ich die Hilfe von anderen annehmen kann.	c.	Neu
I-8	Ich kann eigene Fehler akzeptieren.	c.	Neu
Subskala <i>Lebensfreude</i>			
Nr.	Item	F	Ursprung
L-1	Es ist mir wichtig, an vielen Dingen interessiert zu bleiben.	f.	RS-25 Komp (4)
L-2	Ich bin stolz auf das, was ich schon geleistet habe.	d.	RS-25 Komp (6)
L-3	Ich mag mich.	k.	RS-25 Akz (8)
L-4	Ich finde öfter etwas, worüber ich lachen kann.	l.	RS-25 Akz (16)
L-5	Mein Leben hat einen Sinn.	h.	RS-25 Akz (21)
L-6	In mir steckt genügend Energie, um alles zu machen, was ich machen muss.	c.	RS-25 Komp (24)
L-7	Ich kann es akzeptieren, wenn mich nicht alle Leute mögen.	j.	RS-25 Akz (25)
L-8	Für jedes Problem gibt es auch eine Lösung.	a.	Neu
Subskala <i>Hartnäckigkeit</i>			
Nr.	Item	F	Ursprung
H-1	Wenn ich Pläne habe, verfolge ich sie auch.	b.	RS-25 Komp (1)
H-2	Ich lasse mich nicht so schnell aus der Bahn werfen.	a.	RS-25 Akz (7)
H-3	Ich bin entschlossen.	b.	RS-25 Komp (10)
H-4	Ich habe Selbstdisziplin.	d.	RS-25 Komp (14)
H-5	Wenn ich etwas angefangen habe, beende ich es für gewöhnlich auch.	c.	Neu
H-6	Wenn etwas nicht klappt, lasse ich mich nicht so schnell entmutigen.	g.	Neu
H-7	Ich habe den nötigen Biss, auch bei Anstrengungen durchzuhalten.	a.	Neu
H-8	Ich habe einen langen Atem, wenn es sein muss.	e.	Neu
Subskala <i>Wirklichkeitssinn</i>			
Nr.	Item	F	Ursprung
W-1	Wenn ich muss, kann ich auch allein sein.	f.	RS-25 Komp (5)
W-2	Ich stelle mir selten Sinnfragen, bei denen ich weiß, dass sie mir nicht weiter helfen.	c.	RS-25 Akz (11*)
W-3	Ich nehme die Dinge wie sie kommen.	b.	RS-25 Akz (12)
W-4	In Notfällen kann man sich auf mich verlassen.	e.	RS-25 Komp (18)
W-5	Normalerweise kann ich eine Situation aus mehreren Perspektiven betrachten.	e.	RS-25 Komp (19)
W-6	Ich kann mich überwinden Dinge zu tun, die ich eigentlich nicht machen will, von denen ich aber weiß, dass sie gut für mich sind.	e.	RS-25 Komp (20*)
W-7	Ich nehme schwierige Umstände an, wenn ich sie nicht ändern kann.	a.	RS-25 Akz (22*)
W-8	Ich glaube, dass ich manchmal weniger emotional bin als andere.	d.	Neu

Anmerkungen:

F ... Facette der RS-32 Subskalen; Schwarz ... Items aus der ursprünglichen Skala RS-25; Blau ... Neue Items

* ... Modifizierte Items aus der ursprünglichen Skala RS-25